

## Gesundheit und Gesundheitsverhalten von Hochschuldirektstudenten: Ergebnisse SIL (1982-1986)

Schreiber, Jochen

Forschungsbericht / research report

### Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Schreiber, J. (1987). *Gesundheit und Gesundheitsverhalten von Hochschuldirektstudenten: Ergebnisse SIL (1982-1986)*. Leipzig: Zentralinstitut für Jugendforschung (ZIJ). <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-400747>

### Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer Deposit-Lizenz (Keine Weiterverbreitung - keine Bearbeitung) zur Verfügung gestellt. Gewährt wird ein nicht exklusives, nicht übertragbares, persönliches und beschränktes Recht auf Nutzung dieses Dokuments. Dieses Dokument ist ausschließlich für den persönlichen, nicht-kommerziellen Gebrauch bestimmt. Auf sämtlichen Kopien dieses Dokuments müssen alle Urheberrechtshinweise und sonstigen Hinweise auf gesetzlichen Schutz beibehalten werden. Sie dürfen dieses Dokument nicht in irgendeiner Weise abändern, noch dürfen Sie dieses Dokument für öffentliche oder kommerzielle Zwecke vervielfältigen, öffentlich ausstellen, aufführen, vertreiben oder anderweitig nutzen.

Mit der Verwendung dieses Dokuments erkennen Sie die Nutzungsbedingungen an.

### Terms of use:

This document is made available under Deposit Licence (No Redistribution - no modifications). We grant a non-exclusive, non-transferable, individual and limited right to using this document. This document is solely intended for your personal, non-commercial use. All of the copies of this documents must retain all copyright information and other information regarding legal protection. You are not allowed to alter this document in any way, to copy it for public or commercial purposes, to exhibit the document in public, to perform, distribute or otherwise use the document in public.

By using this particular document, you accept the above-stated conditions of use.



Gesundheit und Gesundheitsverhalten von Hochschul-  
direktstudenten

---

- Ergebnisse SII (1982 - 1986) -

Ante v. Jochen Schreiber

Leipzig, Dezember 1987

F 87/36

## EINBEZOGENE EINRICHTUNGEN S I L A / B / C

	Kurzbezeichnung	SIL A	SIL B	SIL C	davon weibl. %
<u>Karl-Marx-Universität Leipzig</u>	KMU	790	578	514	52
Medizin	KMU MEDIZIN	250	182	149	62
Physik	KMU PHYSIK	70	57	45	24
Chemie	KMU CHEMIE	59	32	25	57
MLG-Lehrer	KMU MLG	96	78	68	29
Tierproduktion	KMU TIERPROD	164	105	98	59
Veterinärmedizin	KMU VETMED	71	48	64	49
Rechtswissenschaft	KMU RECHT	80	76	65	58
<u>Martin-Luther-Universität Halle</u>	MLU	427	327	306	65
Wirtschaftswissenschaft	MLU WIWI	221	163	155	77
Pflanzenproduktion	MLU PFLANZENPROD	206	164	151	48
<u>Wilhelm-Pieck-Universität Rostock</u>	WPU	153	116	92	63
Melioration und Pflanzenproduktion	WPU PFLANZENPROD	72	56	41	40
Soz. Betriebswirtschaft	WPU WIWI	81	60	51	80
<u>Humboldt-Universität Berlin</u>	HUB	483	356	208	74
Medizin	HUB MEDIZIN	262	167	65	56
Wirtschaftswissenschaft	HUB WIWI	163	144	122	83
Physik	HUB PHYSIK	32	19	0	/
Tierproduktion	HUB TIERPROD	26	26	21	62
<u>Friedrich-Schiller-Universität Jena</u>	FSU	371	201	148	57
Medizin	FSU MEDIZIN	159	64	62	65
Physik	FSU PHYSIK	83	52	35	18
Sprachwissenschaft	FSU SPRACHLEHRER	87	54	27	100
Mathematik	FSU MATHELEHRER	42	21	24	46
<u>Hochschule für Ökonomie "Bruno Leuschner" (Außenwirtschaft)</u>	HPÖ BERLIN	145	125	103	51
<u>Pädagogische Hochschule Potsdam</u>	PH POTSDAM	285	246	200	79
<u>Pädagogische Hochschule Dresden</u>	PH DRESDEN	201	170	116	84
<u>Hochschule für Musik Weimar</u>	MUSIKHS WEIMAR	113	74	68	65
<u>Technische Universität Dresden</u>	TU DRESDEN	363	321	309	31
Fertigungstechnik und Werkzeug- maschinen	TU DRESD MASCHIN	110	112	95	19
Informationstechnik/Elektrotechnik	TU DRESD ELEKTRO	125	121	117	10
Verarbeitungs- und Verfahrenstechnik	TU DRESD TECHNOL	128	88	97	71
<u>Hochschule für Verkehrswesen Dresden</u>	HFV DRESDEN	284	283	164	23
Maschinenbau/Ingenieurmaschinenwesen	HFV MASCHIN	96	113	72	11
Elektrotechnik/Elektronik	HFV ELEKTRO	88	80	37	9
Technologie	HFV TECHNOL	100	90	55	47
<u>Technische Hochschule Leuna-Merseburg</u>					
Chemie	TH MERSE CHEMIE	127	126	65	73
<u>Technische Hochschule Karl-Marx-Stadt</u>	TH K-M-STADT	188	154	147	34
Fertigungsprozeß und Fertigungs- mittel (FPM)					
(Fertigungsprozesse)	THK FERTIGUNG	111	89	81	30
Erziehungswissenschaften (Polytechn.)	THK POLYTECHNIK	77	65	66	39
<u>Technische Hochschule Leipzig</u>	TH LEIPZIG	158	92	109	17
Technologie der Bauproduktion	TH LEIPZ MASCHIN	110	56	61	22
Automatisierungsanlagen	TH LEIPZ AUTOMAT	48	36	48	9
<u>Technische Hochschule Magdeburg</u>	TH MAGDE MASCHIN	113	89	77	7
<u>Ingenieurhochschule Zwickau</u>	IHS ZWICKAU	166	131	129	9
Kfz-Technik	IHS ZWICK Kfz	78	59	63	0
Technologie	IHS ZWICK TECHNOL	88	72	66	19

Angaben über die 4. Stufe der SIL (SIL D):

Population:

566 Vierjahresstudenten von 7 Universitäten und Hochschulen  
im letzten Studienjahr

140 Technik

100 Landwirtschaft

202 Wirtschaft

24 Lehrer

59 Recht

34 Musik

Durchführungszeitraum:

Juni bis Dezember 1986

# Inhalt

	Seite
0. Vorbemerkung	5
1. Gesundheit als Lebenswerterorientierung	5
2. Gesundheitszustand	7
2.1. Psychophysisches Befinden	7
2.1.1. Körperliches Wohlbefinden	7
2.1.2. Körperliche Beschwerden	10
2.1.3. Seelisches Wohlbefinden und Beschwerden	12
2.2. Krankenschreibung	15
2.3. Arzneimittelanwendung	17
3. Gesunde Lebensführung und Gesundheitsverhalten	19
3.1. Obligatorischer Studentensport, Freizeitsport und sportliches Leistungsvermögen	19
3.2. Ernährungsverhalten	27
3.3. Genußmittelverbrauch: Tabakrauchen	28
3.4. Genußmittelverbrauch: Alkohol	30
4. Statt einer Zusammenfassung: Gesundheitserziehung im Hochschuldirekt- studium - Chancen und Grenzen	34
5. Ausgewählte Literatur	38

## 0. Vorbemerkung

Im vorliegenden Bericht sind in knapper Weise einige Ergebnisse ausgewertet und dargestellt, die im Rahmen der Studenten-Intervallstudie Leistung (SIL) zwischen 1982 und 1986 zu den Themen Gesundheit, Gesundheitsverhalten und Studentensport erhoben worden sind.

Es konnte dabei nicht entfernt darum gehen, eine entwickelte und ausgereifte Interpretation der empirischen Ergebnisse vorzunehmen, geschweige denn, die Zusammenhänge zwischen Persönlichkeitsentwicklung, Gesundheit, Gesundheitsverhalten, gesunder Lebensführung und Sportaktivitäten der Studenten zu beleuchten und gründlich aufzuklären.

Der Zweck dieser Expertise ist weitaus bescheidener. Es handelt sich hier um eine Materialzusammenstellung in Vorbereitung der VIII. Nationalen Konferenz für Gesundheitserziehung. Diese Konferenz, vom Nationalen Komitee für Gesundheitserziehung der DDR veranstaltet, findet vom 1. bis 3. März 1988 in Dresden statt und wird sich auch Problemen der Studentengesundheit zuwenden.

Der Bericht stützt sich auf die bisherigen Forschungen zum Thema im Rahmen der Jugendforschung und die dabei gewonnenen Erkenntnisse.

In dem Literaturverzeichnis am Schluß dieser Expertise werden einige ausgewählte Forschungsberichte und Publikationen dazu aufgeführt, und zwar ungeachtet, ob sie unmittelbar als Quellen für die vorliegende Analyse genutzt worden sind.

## 1. Gesundheit als Lebenswerterorientierung

Im Ensemble der Lebenswerte steht die Gesundheit bei der großen Mehrheit der Studierenden zusammen mit den Werten Familie, Partnerschaft, eigene Kinder, Freundeskreis und Beruf auf den vordersten Rangplätzen.

Die genannten Lebenswerte ergänzen einander und haben für die Lebensorientierung der Studenten entscheidende Bedeutung. Zugleich ist erkennbar, daß der Lebensinhalt Gesundheit in gewisser Weise quer zu den anderen Lebenswerten liegt. Denn das Ge-

sundsein stellt sich als Zustand physischen, psychischen und sozialen Wohlbefindens gerade durch erfüllte familiäre, partnerschaftliche, berufliche und andere kommunikative Lebensbeziehungen ein. Gleichzeitig wird Gesundheit zu einer Bedingung, um nach den Werten und Normen leben zu können.

Tab. 1: Inwieweit ist Ihr Lebensglück von den nachstehenden Bedingungen abhängig?

Kein Lebensglück ist davon abhängig,  
daß ich gesund bin

1 sehr stark

2

3

4

5

6 überhaupt nicht

%	1	(1 + 2)	(3 + 4)	(5 + 6)
SIL A, 1. Stdj.	79	(96)	( 4)	( 0)
SIL B, 2. Stdj.	80	(97)	( 3)	( 0)
<u>SIL B:</u>				
männlich	76	(96)	( 4)	( 0)
weiblich	85	(98)	( 2)	( 0)

Die Abhängigkeit des persönlichen Lebensglückes vom eigenen Gesundheitszustand wird von der großen Mehrheit der Studierenden erkannt. Diese Einsicht und Haltung bleibt stabil ausgebildet.

Die weiblichen Studierenden messen mehr noch als die männlichen der Gesundheit einen sehr hohen Rang zu.

Zwischen den Grundstudienrichtungen ergeben sich folgende Unterschiede:

Tab. 2: Frageformulierung und Antwortvorgabe wie in Tab. 1  
(nur Pos. 1)

<u>%</u>	<u>Pos. 1: sehr stark</u>
Medizin	86
Wiwi	84
Rewi	83
Lehrer	83
Lawi	82
Musik	80
Technik	78
MLG-Lehrer	70
Chemie	65
Physik	59

Bezogen auf die Leistungsgruppen in den Seminargruppen zeigen sich keine Unterschiede. Die leistungsbesteren Studenten setzen den Lebenswert Gesundheit ebenso hoch an wie die leistungsschwächeren.

## 2. Gesundheitszustand

### 2.1. Psycho-physisches Befinden

#### 2.1.1. Körperliches Wohlbefinden

Für die Bestimmung des physischen Gesundheitszustandes gibt es objektive Kriterien der körperlichen Leistungsfähigkeit, wie beispielsweise die Messung der Atmung und der Herz-Kreislauf-Funktionen unter kurzzeitig und lang andauernden Belastungen.

Abgesehen von solchen vor allem in der Sportmedizin angewandten Methoden suchten wir in soziologischen Befragungen über die Selbsteinschätzung einen anderen Zugang, um den Zustand des körperlichen Befindens zu erfassen.

Die dabei gewonnenen Ergebnisse spiegeln den physischen Gesund-



heitszustand, das körperliche Wohlbefinden oder die Beschwerden aus der subjektiven Sicht des studentischen Erlebens wider. Zustimmung oder Ablehnung gewähren Einblick in die gesundheitliche Situation der Urteilenden. Sie sind somit nicht weniger objektiv als andere beispielsweise in speziellen sportlichen oder medizinischen Tests gewonnenen Resultate. Für eine umfassende Analyse der Gesundheitslage sind sie von erheblichem Gewicht und ebenso unverzichtbar wie sportmedizinische Testergebnisse.

**Tab. 3:** Schätzen Sie sich bitte selbst ein!

Ich fühle mich in letzter Zeit körperlich leistungsfähig.

- 1 sehr  
2  
3  
4  
5  
6 überhaupt nicht

%	1	(1 + 2) ... (5 + 6)	$\bar{x}$
SIL A, 1. Studienjahr (1982)	13	(52) ( 7)	2,6
SIL B, 2. Studienjahr (1983)	14	(56) ( 4)	2,5
<u>SIL B:</u>			
männlich	16	(59) ( 4)	2,5
weiblich	12	(52) ( 5)	2,6

Die Mehrheit der Studenten fühlt sich körperlich leistungsfähig und mithin physisch wohl. Eine Intervallkorrelation zwischen SIL A und SIL B zeigt, daß von 1. zum 2. Studienjahr diese Selbsteinschätzung bei 39 % konstant bleibt, 33 % verbessern und 28 % verschlechtern in dieser Zeit das Urteil über ihre körperliche Leistungsfähigkeit. Das besagt, daß bei der großen Mehrheit der studentischen Jugend in den unteren Studienjahren das zu Studienbeginn vorhandene Niveau der körperlichen Leistungsfähigkeit offenbar gehalten wird.

Bei der Bewertung der Ergebnisse und dem Blick auf die Mehrheit darf nicht übersehen werden, daß 40 % der Studenten hier eine nur mittlere Position (Pos. 3 + 4) wählen und ein kleiner Teil

(zwischen 4 und 7 %) sich sogar erheblich (Pos. 5 + 6) in der eigenen körperlichen Leistungsfähigkeit gemindert fühlt. Die männlichen Studierenden meinen etwas häufiger als die weiblichen Studierenden, körperlich leistungsfähig zu sein. Die Unterschiede sind jedoch nicht so gravierend, wie sie vielleicht auf Grund des bekanntermaßen geringeren sportlichen Engagements der Studentinnen zu erwarten gewesen wären.

Insgesamt reflektiert sich in diesen Resultaten die Tendenz zur einseitig geistig-psychischen Beanspruchung der Studenten während des Hochschulstudiums. Welche enorme Bedeutung eine gute körperliche Leistungsfähigkeit für ein erfolgreiches Hochschulstudium hat, wird allgemein von vielen Studenten anerkannt, jedoch ist diese Einsicht in der Realität des Studienalltags im Handeln nicht durchsetzbar, umso mehr die negativen Folgen von Unterlassungen noch nicht fühlbar und die positiven, lebensbereichernden Wirkungen körperlicher Aktivität und insbesondere sportlicher Konditionierung im Studium bereits bei vielen in Vergessenheit geraten oder schon vorher nie richtig erlebt worden sind.<sup>1</sup>

In welchem Maße eine Beeinträchtigung der physischen Gesundheit auf die Entfaltung der geistig-intellektuellen Entfaltungsmöglichkeiten bereits im Studium erfolgen kann, wird dabei zumeist übersehen. Die nachfolgenden Befunde über die Verarbeitung von körperlichen Beschwerden sind dafür ein Beleg. Wichtiger noch als diese Analyse ist es jedoch, abzuschätzen, wie sich diese negative Tatsache in der Zeit nach dem Hochschulstudium fortsetzt und möglicherweise verstärkt.

---

<sup>1</sup> Dabei sind die Ausgangsbedingungen unter den Studenten ursprünglich günstig. Immerhin 53 % aller Studienanfänger waren in der Schulzeit irgendwann Sportspartakiadeteilnehmer. 44 % errangen dabei Medaillen. Die Spartakiade steht damit im Umfang der Teilnahme deutlich über allen anderen Leistungsvergleichen (wie Fremdsprachen, Mathematik).

Die Ursache für dieses Problem darf nicht im subjektiven Wollen der Studenten gesucht werden und ist ebensowenig mit einem Verweis auf motivationale Defizite zu erklären. Der tiefere Grund liegt im objektiven Widerspruch zwischen einem kurz- und langfristigen Interesse der Studenten: Kurzfristig gesehen geht es darum, ganz konkrete Studienanforderungen zu erfüllen, beste Bewertungen zu erfahren und das Hochschuldirektstudium letztendlich auch erfolgreich abzuschließen. Langfristig betrachtet muß ein hochschulgebildeter Staatsbürger gewachsen sein, der sein Leben lang handlungsfähig, gerade weil er in einem intellektuell, moralisch, physisch und psychisch gerüstet und entwicklungsfähig ist.

Solche langfristigen gesellschaftlichen und individuellen Interessen zu wahren, kann nicht an den subjektiv Einzelnen delegiert werden. Je weniger das Interesse vor der Hand liegt, desto stärker bedarf es gesellschaftlicher Regulierung, um es in Alltag zu stützen und zu sichern. Bezogen auf unsere Thematik heißt das, der psychischen und physischen Vorbereitung der Studenten in der Hochschulbildung ein größeres Gewicht zu verleihen. Das verlangt neben geschulten Kadern und materiell-technischen Mitteln auch eine Veränderung gegenwärtiger Leistungsbeurwertungspraktiken. Vorausgehen muß ein Überdenken des für die Studenten entwickelten hochschulischen Anforderungssystems.

### 2.1.2. Körperliche Beschwerden

Bei den körperlichen Beschwerden steht an erster Stelle Kopfschmerz. Im 1. Studienjahr leiden 8 % aller Studenten stark (Pos. 1 + 2) unter dieser Beschwerde. Dieser Anteil erhöht sich von Studienjahr zu Studienjahr etwas. Im 4. Studienjahr geben 12 % aller Studenten an, in diesem Grade (sehr stark und stark) Kopfschmerzen zu haben.

An zweiter Stelle der von uns erhobenen somatischen Beschwerden rangiert der Magenschmerz. Zwischen 5 und 7 % aller Studenten sind davon sehr stark oder stark (Pos. 1 + 2) betroffen.

An dritter Stelle folgen Herz-Kreislauf-Beschwerden.

Immerhin 5 % geben an, sehr stark bzw. stark unter Herz-Kreislauf-Störungen zu leiden.

In allen drei Beschwerdesymptomen sind es jeweils die weiblichen Studierenden, die häufiger als die männlichen angeben, von den genannten Beschwerden sehr stark oder stark betroffen zu sein. Am größten ist der Unterschied bei den Herz-Kreislauf-Problemen.

**Tab. 4: Geschlechtervergleich:**

Kopfschmerz, Magenschmerz, Herz-Kreislauf-Probleme  
(nur Pos. 1 + 2: sehr stark und stark)

%	männ- lich	weib- lich
<b>Herz-Kreislauf-Störungen</b>		
SIL A (1. Stdj.)	2	6
SIL B (2. Stdj.)	4	8
SIL C (3. Stdj.)	2	6
<b>Kopfschmerzen</b>		
SIL A (1. Stdj.)	4	12
SIL B (2. Stdj.)	6	14
SIL C (3. Stdj.)	3	14
SIL D (4. Stdj.)	6	17
<b>Magenschmerzen</b>		
SIL A (1. Stdj.)	4	7
SIL B (2. Stdj.)	4	8
SIL C (3. Stdj.)	3	7

Der Anteil der beschwerdefreien Studenten bleibt vom 1. bis zum 3. Studienjahr gleich groß.

**Tab. 5: Häufigkeit der körperlich beschwerdefreien Studenten**

Wie stark waren Sie im letzten Studienjahr von den unter a) bis c) genannten Beschwerden betroffen?

- 1 sehr stark
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6 überhaupt nicht

(Nur Pos. 5 + 6)	Anteil der Studenten ohne ...		
	a) Kopf- schmerz	b) Magen- schmerz	c) Herz- Kreislauf- Störung
SIL A, 1. Stdj. (1982)	66	77	79
SIL B, 2. Stdj. (1983)	60	74	79
SIL C, 3. Stdj. (1985)	64	77	80

**2.1.3. Seelisches Wohlbefinden und Beschwerden**

Für die Beurteilung des Gesundheitszustandes der Studentenschaft hat die Frage nach der psycho-emotionalen Situation, dem psychischen Erleben und Befinden eine herausragende Bedeutung. Die Studierenden in einem Hochschuldirektstudium gehören nach wie vor zu der psychisch mit am meisten geforderten Bevölkerungsgruppe.

Werte, Ziele und Normen der studentischen Existenz bedingen, daß die Frage nach dem psychischen Wohlbefinden der Studenten am ehesten über das Glücks- und Leistungserleben beantwortbar wird.

Ist bei den Studienanfängern das emotionale Wohlbefinden in hohem Maße noch von der Freude bestimmt, in dem für sie idealen Studienfach immatrikuliert worden zu sein, tritt dies schon im Verlaufe des 1. Studienjahres zurück. Inner bestimmender wird für das psychische Wohlbefinden der Leistungsstand im Studium. Dabei ist bemerkenswert, daß vor allem die über den Vergleich innerhalb der Seminargruppe hergestellte Selbsteinschätzung des Leistungsstandes ausschlaggebender ist, als die in Notendurchschnitten ausgewiesene Studienleistung.

**Tab. 6: Wohlbefinden: geistig leistungsfähig**

Schätzen Sie sich bitte selbst ein!

Ich fühle mich in letzter Zeit

1 sehr

2

3

4

5

6 überhaupt nicht

geistig leistungsfähig.

%	1	(1 + 2) ... (4 - 6)
<b>Studienanfänger</b>		
1. Studienjahr (SIL A)	12	(60) (11)
2. Studienjahr (SIL B)	9	(54) (10)

Die Mehrheit der Studenten fühlt sich sehr leistungsfähig. Jeder 10. Student macht hier merklich Einschränkungen. Diese Verteilung trifft annähernd gleich auf alle Fachrichtungen zu. Das psychische Wohlbefinden der Studenten ist allein aus dem Leistungserleben jedoch nicht zu erklären, hat aber darin ihre entscheidende Basis.

**Tab. 7: Psychosoziales Wohlbefinden**

Frage text wie in Tabelle 6.

Ich fühle mich in letzter Zeit

1 sehr

2

3

4

5

6 überhaupt nicht

rundum glücklich.

%	1	(1 + 2) ... (4 - 6)
<b>Studienanfänger</b>		
1. Studienjahr (SIL A)	8	(40) (29)
2. Studienjahr (SIL B)	10	(39) (29)

Eine gleichbleibend große Zahl von Studenten fühlt sich als Hochschultudent wohl und glücklich. Ein beachtlicher Teil (29 %) der Studenten beurteilt seine eigene emotionalpsychische Situation jedoch kritisch. Hintergrund dafür sind reale Problem- und Konfliktlagen, die sich in einer Reihe von psychisch-sozialen Problemen und Beschwerden bei den Studenten widerspiegeln, wie Identitätsproblemen und Ängsten.

Die mit Abstand nach wie vor am häufigsten verbreiteten psychosozialen Probleme ergeben sich aus den Leistungsanforderungen und dem Leistungsbewertungssystem an den Universitäten und Hochschulen. Zwischen 30 % und 39 % aller Studenten geben jeweils an, davon sehr stark bzw. stark betroffen zu sein. Eng damit verbunden ist die Angst, nicht alles schaffen zu können oder zu versagen. Von solchen Ängsten sind zwischen 16 % und 22 % aller Studenten sehr stark und stark betroffen.

Bei einem Anteil von 12 % bis 19 % führt dies zu der psychischen Regulationsstörung, daß sie nicht abschalten, sich nicht entspannen können. Weitere psychosoziale Probleme äußern sich bei einigen Studenten sehr stark bzw. stark in folgenden weiteren Beschwerden:

- bei 14 % Konzentrationsprobleme,
- 7 % Minderwertigkeitsgefühle,
- 5 % Schlaflosigkeit und
- 4 % Hemmungen gegenüber dem anderen Geschlecht.

Diese Einzelbefunde spiegeln sich in der studentischen Selbsteinschätzung, ob sie sich geistig leistungsfähig und glücklich fühlen, konzentriert wider.

Die Ergebnisse weisen auf Problemfelder hin, denen in der Hochschulerziehung und bei der Gestaltung der Studienbedingungen weiter große Aufmerksamkeit gewidmet werden muß. Die Einzelbefunde sind nur Symptome für grundlegende Konfliktfelder studentischen Lebens, wie sie sich aus der Studienmotivation, der Leistungsbewertungspraxis, der Studienorganisation, der zeitlichen Tagesgestaltung und anderer Studienbedingungen ergeben. Ihre Lösung kann deshalb nicht in einzelnen Betreuungsmaßnahmen gesucht werden, sondern verlangt ein komplexes Herangehen, zumal erwartet werden kann, daß die psychisch-nervösen Anforderungen wei-

ter anwachsen werden. Im Ensemble der Maßnahmen, um die Hochschulstudenten gesund und leistungsfähig zu erhalten und die dauerhafte Aneignung sportlicher Lebensgewohnheiten konsequenter zu fördern, kommt dem Erwerb von sportlichen Kenntnissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten eine besondere Bedeutung zu.

## 2.2. Krankschreibung

Ein wichtiges Kriterium zur Beurteilung des Gesundheitszustandes der Studenten sind Anzahl und Dauer der ärztlichen Krankschreibungen. Nehmen wir dies einmal als einzigen Maßstab, so stabilisiert und verbessert sich die Gesundheitssituation der Studenten von Studienjahr zu Studienjahr. Sowohl die Zahl als auch die Dauer der Krankmeldungen nimmt in höheren Studienjahren ab.

Tab. 8: Anzahl der Krankschreibungen

Wie oft waren Sie im letzten Studienjahr krankgeschrieben?

%	nie	einmal	zweimal	dreimal	viermal u. öfter
1. Studienjahr (SIL B)	35	34	19	7	5
3. Studienjahr (SIL C)	44	33	16	5	2
3. Studienjahr (SIL D)	49	31	13	4	3

Der niedrigere Krankenstand in den höheren Studiensemestern ist nicht die alleinige Folge eines verbesserten Gesundheitszustandes der Studierenden, sondern ist mit beeinflusst von der anderen Struktur des Studienablaufs in höheren Studienjahren. Dennoch kann der geringere Krankenstand mit vollem Recht als ein Indiz dafür gewertet werden, daß die Studenten physisch und psychisch mit den Hochschulbedingungen jetzt besser zurecht kommen und sich folglich auch gesundheitlich wohler fühlen.



**Tab. 9: Dauer der Krankschreibungen**

Wieviel Tage waren Sie im letzten Studienjahr krankgeschrieben (ohne Ausfälle durch Schwangerschaft oder Krankheit der Kinder) ?

%	keine	bis 10 Tage	bis 20 Tage	3 Wochen und länger
1. Studienjahr (SIL B)	36	41	14	9
3. Studienjahr (SIL C)	44	38	11	7

Auch in diesen Ergebnissen spiegelt sich der Rückgang des Krankenstandes in höheren Studienjahren wider. Im 1. Studienjahr fielen die Studenten im Durchschnitt 9 Tage (männlich: 7 Tage; weiblich: 11 Tage), im 3. Studienjahr nur noch 7 Tage (männlich: 5 Tage; weiblich: 8 Tage) wegen Krankheit aus.

Markante Unterschiede im Krankenstand existieren zwischen männlichen und weiblichen Studierenden. Die Studentinnen sind häufiger und länger krankgeschrieben als die Studenten.

**Tab. 10: Geschlechtervergleich: Anzahl der Krankschreibungen**

Fragetext wie in Tabelle 8

%	nie ... dreimal und öfter
1. Studienjahr (SIL B)	
männlich	45
weiblich	28
3. Studienjahr (SIL C)	
männlich	51
weiblich	36
5. Studienjahr (SIL D)	
männlich	61
weiblich	39

**Tab. 11: Geschlechtervergleich: Dauer der Krankenschreibungen**  
**Frage text wie in Tabelle 9**

%	keine	3 Wochen und länger
<hr/>		
1. Studienjahr (SIL B)		
männlich	46	6
weiblich	28	12
3. Studienjahr (SIL C)		
männlich	51	6
weiblich	37	10

### 2.3. Arzneimittelanwendung

Anforderungen und Anstrengungen im Studienalltag können unter bestimmten objektiven und subjektiven Voraussetzungen zur Überforderung führen und bei den Studenten psychische und somatische Beschwerden auslösen, wie sie im vorigen Abschnitt dargelegt worden sind. Es ist zu fragen, wieviele Studenten in solchen Belastungs- und Stresssituationen häufig schmerzstillende und beruhigende Medikamente einnehmen, um Beschwerden abzubauen und das körperliche und geistige Wohlbefinden wiederzuerlangen.

Tab. 12: Wie oft nehmen Sie Arzneimittel?

- 1 (fast) täglich  
 2 mehrmals in der Woche  
 3  
 4  
 5 seltener  
 6 gar nicht

%	1	(1 + 2)	(5 + 6)	6
a) gegen Kopfschmerzen				
3. Stdj. (SIL C)	1	( 4 )	(80)	62
4. Stdj. (SIL D)	0	( 3 )	(84)	50
b) gegen andere Schmerzen				
4. Stdj. (SIL D)	1	( 2 )	(91)	50
c) zur Beruhigung				
3. Stdj. (SIL C)	1	( 2 )	(95)	89
4. Stdj. (SIL D)	1	( 2 )	(96)	84
d) zur Anregung				
3. Stdj. (SIL C)	1	( 2 )	(95)	92
4. Stdj. (SIL D)	0	( 1 )	(96)	86

Diese Ergebnisse belegen, daß eine ärztlich nicht verordnete und langfristige mißbräuchliche Einnahme von Arzneien wie Schlaf- und schmerzstillende Mittel oder Psychopharmaka unter den Studenten gegenwärtig nicht verbreitet ist.

Die Studentinnen wenden etwas häufiger als ihre männlichen Mitstudenten schmerzstillende Mittel an. Dieser Unterschied ist aber nicht erheblich und besteht nur zwischen den Antwortpositionen 'selten' und 'nie'.

Der Vergleich der Ergebnisse zeigt aber auch, daß der Medikamentenverbrauch offensichtlich nicht allein von den empfundenen Beschwerden, sondern beträchtlich von den herausgebildeten Gewohnheiten bestimmt wird. Das fällt besonders bei der Kopfschmerzmittel-Anwendung ins Auge. So rangiert der Kopfschmerz unter den am häufigsten vorkommenden psychosomatischen Beschwerden bei den Studenten erst an 6. Stelle, aber im Arzneimittelverbrauch an 1. Stelle. Selbst wenn wir berücksichtigen,

daß eine Reihe von Medikamenten rezeptpflichtig erworben werden müssen und deshalb auch weniger verbreitet angewendet werden können, ist die Akzeptanzschwelle gegenüber einem rezeptfreien medikamentösen Kopfschmerzmittel zweifellos deutlich niedriger gesetzt, als die gegenüber einer Arzneimittel-Selbstbehandlung von emotionalen Unruhezuständen, Schlafstörungen, Prüfungängsten und dgl. Das läßt die Vermutung zu, würde der Zugriff zu Sedativa und Stimulanzien leichter, hätten wir über kurz oder lang auch einen Anstieg der Anwendung dieser Mittel zu verzeichnen.

Als Alternativen zu medikamentöser Behandlung von Beschwerden müssen den Studenten andere Wege gewiesen werden, um im Studienalltag ein verträgliches Verhältnis zwischen den Leistungs- und Erholungsphasen zu erhalten.

### 3. Gesunde Lebensführung und Gesundheitsverhalten

#### 3.1. Obligatorischer Studentensport, Freizeitsport und sportliches Leistungsvermögen

Die physische und psychische Leistungsfähigkeit ist eine Basis für Gesundheit und soziales Wohlbefinden der Studenten. Sie zu erhalten kann den Studenten nur gelingen, wenn sie sich aktiv erholen und insbesondere regelmäßig sportlich betätigen.

Tab. 13: Inwieweit ist Ihr Lebensglück von den nachstehenden Bedingungen abhängig?

Mein Lebensglück ist davon abhängig

1 sehr stark

⋮

6 überhaupt nicht,

daß ich Sport treiben kann.

%	1	(1 + 2) ... (5 + 6)
2. Studienjahr (SIL B)	13	(40) (15)
3. Studienjahr (SIL C)	13	(43) (17)

Die meisten Studenten (60 %) reflektieren den bedeutungsvollen Zusammenhang zwischen Sporttreiben und Lebenserfüllung nicht stark. Damit drücken sie aus, was sie praktizieren. Körperkultur und Sport spielen im studentischen Alltag eine Nebenrolle, sind anscheinend versichtbar für das persönliche Lebensglück. Zutreffend spiegelt sich das auch im Umfang studentischen Freizeitsports wider.

Rund ein Drittel aller Studierenden treibt wenigstens einmal in der Woche über den studentischen Pflichtsport hinaus Sport. Die Studenten sind hier aktiver als die Studentinnen.

Überblicken wir die Entwicklung vom 1. bis zum 4. Studienjahr, so zeigt sich, daß die sportlichen Freizeitaktivitäten in allen Formen rückläufig sind. Das ist ein Trend, der mit einem allgemeinen Rückgang des Ausmaßes der Freizeitaktivitäten einhergeht.

#### Tab. 14: Freizeitsport

Wie oft haben Sie im letzten Studienjahr in den nachstehenden Formen in Ihrer Freizeit Sport getrieben?

- 1 mehrmals in der Woche
  - 2 einmal in der Woche
  - 3 ein- bis dreimal im Monat
  - 4 seltener oder gar nicht
- a) organisiert im Rahmen einer Sportgemeinschaft (außerhalb des Sportunterrichts)
  - b) gemeinsam mit anderen außerhalb einer organisierten Sportgruppe
  - c) allein

	a) organi- siert	b) infor- mell	c) allein
Fos.	1 (1+2)	1 (1+2)	1 (1+2)
Rückblick auf die Zeit vor dem Studium (SIL A)	16 (35)	13 (34)	14 (31)
1. Studienjahr (SIL B)	14 (43)	10 (26)	9 (24)
3. Studienjahr (SIL C)	11 (33)	10 (25)	13 (31)
4. Studienjahr (SIL D)	10 (28)	7 (22)	11 (25)

Drastischer noch ist die Regression im Vergleich zwischen Studenten und Studentinnen.

**Tab. 15: Geschlecht und Freizeitsport**

Fragetext und Antwortvorgaben wie in Tabelle 14

%	a) organi- siert 1 (1+2)	b) infor- mell 1 (1+2)	c) allein 1 (1+2)
<hr/>			
Rückblick auf die Zeit vor dem Studium (SIL A)			
männlich	18 (35)	18 (42)	14 (33)
weiblich	13 (34)	8 (26)	13 (29)
1. Studienjahr (SIL B)			
männlich	16 (44)	13 (34)	10 (28)
weiblich	12 (42)	8 (23)	7 (20)
3. Studienjahr (SIL C)			
männlich	14 (36)	14 (35)	16 (34)
weiblich	8 (29)	5 (20)	10 (27)
4. Studienjahr (SIL D)			
männlich	17 (33)	12 (34)	16 (35)
weiblich	4 (23)	3 (12)	7 (22)

Die männlichen Studierenden treiben in allen hier aufgeführten Formen häufiger Freizeitsport als die weiblichen. Ein Tatbestand, der für die gesamte Studiendauer charakteristisch ist.

In speziellen Auswertungen zur körperlichen Aktivität, aktiven Erholung und sportlichen Selbstbetätigung der Studenten wurde analysiert, warum in höheren Semestern die studentischen sportlichen Aktivitäten nachlassen. Als wichtigste Gründe werden dort die zeitlichen Belastungen der Studierenden und die veränderten Lebenszusammenhänge, wie sie vor allem durch Partnerschaft, Ehe und eigene Kinder gegeben sind, angeführt.

**Tab. 16: Rückgang sportlicher Freizeitaktivitäten****Frage text und Antwortvorgabe wie in Tabelle 14****Anteil sportlich inaktiver Studenten (los. 4)****Ich habe Sport getrieben weniger als einmal im Monat oder gar nicht.**

	a) organi- siert	b) infor- mell	c) allein
<b>%</b>			
Rückblick auf die Zeit vor dem Studium (SIL A)	58	31	44
1. Studienjahr (SIL B)	51	36	50
3. Studienjahr (SIL C)	60	49	49
4. Studienjahr (SIL D)	66	60	53

Aus diesen Ergebnissen kann gefolgert werden, daß die Mehrheit der Studenten in den höheren Semestern - vor allem den letzten beiden Studienjahren - keinen Freizeitsport mehr treibt. Hinzukommt noch, daß im letzten Studienjahr auch noch die obligatorischen zwei Sportstunden wegfallen.

Dieser hohe Anteil von Studenten, die in ihrer Freizeit sportlich inaktiv sind, läßt ahnen, wie sie sich nach Studienabschluß in diesem Punkt verhalten werden.

Wiederum charakteristisch ist der Unterschied zwischen männlichen und weiblichen Studierenden:

**Tab. 17: Rückgang sportlicher Freizeitaktivitäten und Geschlecht**

**Frage- und Antwortvorgabe wie in Tabelle 14**

**Anteil sportlich inaktiver Studenten**  
(Fos. 4: seltener als einmal im Monat oder gar nicht)

%	a) organi- siert	b) info- mell	c) allein
<b>Rückblick auf die Zeit vor dem Studium (SIL A)</b>			
männlich	56	27	42
weiblich	59	34	46
<b>1. Studienjahr (SIL B)</b>			
männlich	50	32	46
weiblich	51	39	52
<b>3. Studienjahr (SIL C)</b>			
männlich	57	45	46
weiblich	64	57	53
<b>4. Studienjahr (SIL D)</b>			
männlich	61	48	48
weiblich	70	71	57

Die Ergebnisse zeigen, wie die tatsächliche sportliche Aktivität am Sporttreiben zurückbleibt. Gründe für solche Widersprüche werden zum einen oft zuerst in Einstellungsdefiziten, in Bequemlichkeit und Antriebsarmut gesehen. Zum anderen werden sie aber auch in bestimmten objektiven Umständen wie unzureichende Sportanlagen, -hallen und andere Sporträume, fehlenden Sportgeräts und die daran geknüpften oft ungünstigen Nutzungsbedingungen gesucht. Aus solcher Betrachtung wird dann eine entsprechende Strategie der hochschulpolitischen Einflußnahme auf die Studenten abgeleitet. Vorzüglich konzentriert sich diese darauf, das Wissen der Studenten um die Notwendigkeit sportlicher Aktivitäten zu erweitern und damit verbunden moralisch an die Studenten zu appellieren, im eigenen gesundheitlichen Interesse hier aktiver zu werden. Nach Maßgabe der Möglichkei-



ten werden diese Bemühungen durch einen weiteren Ausbau und die Erhaltung bereits vorhandener Sportstätten in der unmittelbaren Nähe der studentischen Wohnunterkünfte materiell-technisch und organisatorisch unterstützt.

So richtig und unverzichtbar das eben Erwähnte ist, bedarf es vom Betrachtungsansatz her einer Erweiterung, wenn es zu einer gravierenden und tiefgreifenden Änderung im Ausmaß der sportlichen Beteiligung der Studenten führen soll.

Die empirischen Untersuchungsergebnisse belegen, daß derzeit das Sporttreiben für die Mehrheit der Studierenden an Universitäten und Hochschulen noch lange keine selbstverständliche und feste Lebensnorm geworden ist.

Wenngleich die Hochschuldirektstudenten verbreiteter Sporttreiben als andere Schichten der Jugend (Lehrlinge, junge Facharbeiter). Nicht daran ist jedoch die studentische Jugend zu messen, sondern vielmehr ist abzuschätzen, ob die hochschulgebildeten Kader noch nach Studienende sportlich aktiv bleiben werden, wenn keinerlei administrativer Zwang zu sportlichen Leistungsnachweisen mehr besteht. Dafür muß im Hochschulstudium, wie natürlich schon in den vorhergehenden Bildungsstufen auch, eine Lebenshaltung aufgebaut werden, die die Schulung der körperlichen Leistungsfähigkeit als lebensbereichernd und lebensmotivierend sinnhaft stützt.

Die Motivation zum regelmäßigen Sporttreiben kann für die Masse der Studenten nicht allein auf ein Gesundheitsstreben tragfähig aufgebaut werden. Als eine entscheidende Stütze braucht der studentische Freizeit- und Erholungsport eine gesellschaftlich-kommunikative Komponente, die bewirkt, daß Freude und Lust an körperlichen und sportlichen Aktivitäten bezogen werden können aus dem spezifischen Gemeinschaftserleben, das damit verbunden ist. In diesem Sinne und Verständnis muß die hochschulpolitische Einflußnahme den Unterhaltungs- und Kulturwert sportgemeinschaftlicher studentischer Aktivitäten erhöhen.

So gibt es verschiedene Formen des Fitnesstrainings, bei dem die körperliche Leistungsfähigkeit mit Methoden verbessert wird, die auch für die noch gering am Sporttreiben interessierten Studenten einen hohen Erlebniswert besitzen und größere

Anziehungskraft ausüben, weil sie über das körperliche Selbsterleben hinaus bestimmte kommunikative Vorteile und Möglichkeiten bieten (z. B. Wandern, Porgymnastik).

In dieser Richtung müssen auch Konsequenzen für die Gestaltung der Lehrprogramme und -inhalte im obligatorischen Studentensport abgeleitet werden, um ihn attraktiver für alle Studenten zu organisieren.

Der obligatorische Sport in den ersten drei Studienjahren zwingt die Studenten - unabhängig von Interesse, Neigung und persönlichen Leistungsvoraussetzungen - zur sportlichen Betätigung. Dabei wird erreicht, daß das körperliche Leistungsvermögen der meisten Studenten auf dem zu Studienbeginn vorhandenen Niveau stabil gehalten wird. Auf lange Sicht gesehen, erfüllt der durch den Studienplan diktierte obligatorische Studentensport seine Aufgabe jedoch nur, insofern er ein Vorfeld für die fakultativen sportlichen Aktivitäten wird. In organisatorischer Hinsicht sollte der Übergang vom obligatorischen zum fakultativen deshalb fließend sein. Sportgruppen sollte ermöglicht werden, sich freiwillig in der Woche einmal oder noch häufiger in den für sie auch während der obligatorischen Sportstunden zur Verfügung stehenden Räumen (bzw. auf den entsprechenden Sportplätzen) treffen zu dürfen.

Insgesamt muß die Wertsetzung von Körperkultur, Sport und Erholung im Hochschulstudium verändert werden. In bestimmter Hinsicht muß umgedacht werden. Denn weder eine Wissenserweiterung, noch der aufrichtige moralische Appell und selbst verbesserte Nutzungsbedingungen für Sporthallen und Sportgeräte werden die Mehrheit der Studenten zu mehrmaliger sportlicher Betätigung innerhalb einer Woche bewegen können, solange die Lebens- und Leistungsbedingungen in ihren Hauptzusammenhängen dem entgegenstehen. Um hier eine Änderung herbeizuführen, genügt es nicht, daß der Sport als Element der sozialistischen Persönlichkeitsentwicklung im Studium aufgewertet wird, sondern es bedarf einer Freieren, souveräneren selbstbestimmteren Studiengestaltung, die quantitative Überforderung der Studenten abbaut.

Heute sind die meisten Studenten vor die Alternative gestellt, sich an einer fakultativen Sportgruppe zu beteiligen oder in dieser Zeit auf eine Prüfung, ein Testat, ein Seminar oder Referat vorzubereiten. Im Konflikt zwischen der konkreten Studienaufgabe und der sportlichen Aktivität unterliegt meistens letztere, auch wenn damit langfristig gesehen, die physischen und psychischen Leistungsgrundlagen untergraben werden.

In diesem Widerspruch von lang- und kurzfristigen Interessen muß eine perspektivisch richtige Lösung gefunden werden. Die sozialistische Gesellschaft kann auf lange Sicht nicht an Hochschulabsolventen interessiert sein, die zwar die meisten Studienanforderungen gut erfüllt haben, das jedoch auf Kosten einer drastischen Vereinseitigung ihrer Persönlichkeit erreichen, womit ihre künftigen subjektiven Leistungsvoraussetzungen objektiv gemindert sind, zumal sich der drastische Rückgang körperlicher und sportlicher Betätigung im Berufsleben im allgemeinen noch verstärkt.

Um hier verändernd und positiv fördernd wirken zu können, muß der Stellenwert von Körperkultur, Sport und Erholung im Gefüge der Universitäts- und Hochschulausbildung grundlegend überdacht werden. Im Grunde handelt es sich darum, die für die Hochschulbildung aus dem gesamten gesellschaftlichen Intensivierungskonzept abgeleiteten Wandlungen auf eine der Intensivierung adäquate Umgestaltung des gesamten studentischen Lebens auszudehnen.

Alle Maßnahmen zur Effektivierung des Studiums werden zu einer intensiveren nervlichen Beanspruchung der Studenten führen. Deshalb dürfen - ohne das Schwergewicht von den technischen und organisatorischen Veränderungen im Hochschulbetrieb zu verschieben - neben den kognitiven und volitativen Leistungsvoraussetzungen die somatischen und psychosomatischen nicht länger in die Beliebigkeit des einzelnen Studenten gestellt bleiben.

### 3.2. Ernährungsverhalten

Die Bedeutung einer gesunden Ernährung für Leistungsfähigkeit und Lebensfreude ist unbestritten. Die Analyse des studentischen Ernährungsverhaltens spielte bisher in ZIJ-Untersuchungen der Studenten nur eine untergeordnete Rolle. Die Erkenntnisse über die studentischen Ernährungsgewohnheiten auf Basis empirischer ZIJ-Studien sind deshalb auch nicht sehr weit gediehen.

Aus den Erhebungen der Zeitprotokolle geht jedoch eines hervor, daß der in vielerlei Hinsicht durch die gegenwärtige Studienorganisation zeitlich zerfaserte Studienalltag mit seinen Unregelmäßigkeiten zu einer Arrhythmik in der Tages- und Wochengestaltung führt, was neben anderen auch erhebliche Folgen auf das studentische Ernährungsverhalten hat.

Es ist durchaus nicht untypisch, daß Studenten Mahlzeiten auslassen und viele mitunter am Tage kein Warmes Mittagessen einnehmen. Am drastischen Rückgang der Beteiligung an der Mensaverpflegung ist das ablesbar.

Tab. 18: Regelmäßige Teilnahme an Mittagessen in der Mensa

%	ja, regelmäßig
Student 69 (1969)	73
Student 79 (1979)	60
Studentisches Wohnen (1982)	52

Für diesen Trend sind mehrere Faktoren ausschlaggebend:

- die verbesserte wirtschaftlich-finanzielle Lage eines bestimmten Teils der Studenten,
- die wachsende Zahl verheirateter Studenten, die mit ihren Ehepartnern gemeinsam in einer Wohnung am Hochschulort leben,
- und nicht zuletzt auch die gewachsene quantitative Studienbelastung, die sich negativ auf die Einhaltung elementarer Ernährungsregeln auswirkt.

### 3.3. Genußmittelverbrauch: Tabakrauchen

Zwei Drittel aller Studierenden sind Nichtraucher, ein Fünftel sind Gewohnheitsraucher. Die übrigen Studenten rauchen ab und zu (Gelegenheitsraucher). Das Rauchverhalten bleibt während der gesamten Studienzeit im wesentlichen relativ konstant. Nur die Zahl der Nichtraucher nimmt in höheren Studienjahren leicht zu, weil ein Teil der Studentinnen von Gelegenheitsrauchen abkommt. Stabil ist der Anteil der Gewohnheitsraucher.

Die männlichen Studierenden rauchen - auch von der Anzahl der Zigaretten pro Tag her - deutlich mehr (im Durchschnitt 10 Zigaretten) als die weiblichen (rund 5 Zigaretten pro Tag). Der Zigarettenkonsum ist in höheren Semestern etwas rückläufig (3. Studienjahr: männlich: 8 Zigaretten pro Tag; weiblich: 5 Zigaretten pro Tag).

Tab. 19: Rauchen und Nichtrauchen

Rauchen Sie?	nein	ja, aber nur gelegentlich	ja täglich
Student 79 (1979)	59	16	25
SIL (1982 - 1985)			
- Studienanfänger (1982)	64	15	21
- 1. Studienjahr (1983)	64	13	23
- 3. Studienjahr (1985)	68	12	20

Unter der studentischen Jugend liegt der Nichtraucheranteil deutlich höher als im Durchschnitt der Jugend. Mit rund zwei Drittel tabakrauchender Jugendlicher zwischen 16 und 18 Jahren überwiegt dort der Anteil der Raucher deutlich. Demgegenüber verzeichnen wir derzeit unter der studentischen Jugend in der Entwicklung des Rauchverhaltens einen positiven Trend zum Nichtrauchen.

**Tab. 20: Geschlechtervergleich: Nichtraucher**

%	Nichtraucher	
	männlich	weiblich
Student 79 (1979)	55	63
SIL (1982 - 1985)		
- Studienanfänger (1982)	62	66
- 1. Studienjahr (1983)	63	67
- 3. Studienjahr (1985)	64	71

Als Gegenstück dazu nimmt der Raucheranteil tendenziell ab.

**Tab. 21: Geschlechtervergleich: Raucher**

%	Raucher	
	männlich	weiblich
Student 79 (1979)	45	37
Studienanfänger (1982, SIL A)	38	34
3. Studienjahr (1985, SIL C)	36	29

Ungeachtet solcher Trends bleibt festzustellen, daß bei der Mehrheit der Studierenden die Entscheidung zum Gewohnheitsrauchen oder Nichtrauchen in den Entwicklungsjahren des Kindes- und Jugendalters vor Aufnahme eines Hochschulstudiums fällt.

Die dann zwischen den Grundstudienrichtungen an der Hochschule festzustellenden Unterschiede des Anteils von Rauchern bzw. Nichtrauchern sind deshalb auch nicht auf die konkreten Studienverhältnisse zurückzuführen, sondern ergeben sich aus den unterschiedlichen Zugängen zu den verschiedenen Fachrichtungen.

**Tab. 22: Fachrichtungsunterschiede: Rauchen und Nichtrauchen  
(SIL C; 3. Studienjahr 1985)**

%	Nichtraucher	Gewohnheitsraucher*
Physik	84	9
Medizin	76	13
Lehrer	69	17
Technik	69	19
Chemie	67	21
Wiwi	65	22
Musik	65	13
Lawi	63	24
MLG-Lehrer	56	38
Recht	53	28

\* Ohne Gelegenheitsraucher, nur jene Studenten, die angeben, daß sie täglich rauchen.

Als charakteristisch kann angesehen werden, daß die leistungsstärkeren Studenten häufiger Nichtraucher sind als die leistungsschwächeren. Dieser Zusammenhang gilt für alle Fachrichtungen und Studienjahre.

### 3.4. Genußmittelverbrauch: Alkohol

Regelmäßiger und häufiger Alkoholkonsum ist für rund ein Drittel aller Studierenden typisch. Reichlich ein Fünftel trinkt sehr selten Alkohol. Der Anteil der Abstinenzler ist gering (2 %).

Die männlichen Studierenden übertreffen in ihren Alkoholverbrauchsgewohnheiten die weiblichen Studierenden gravierend. So geben 56 % der Studenten, aber nur 16 % der Studentinnen an, täglich oder mehrmals im Verlaufe einer Woche alkoholische Getränke zu sich zu nehmen. Unter den Studenten gibt es auch deutlich weniger, die sehr selten Alkohol trinken als unter den Studentinnen (männlich: 11 %; weiblich: 30 %). Gleich hoch ist bei den Geschlechtern der kleine Anteil alkoholabstinent lebenden Studenten (männlich und weiblich je 2 %).

Tab. 23: Wie oft trinken Sie im allgemeinen Alkohol?

	(fast) täglich (Pos. 1)	(fast) täglich und mehrmals in der Woche (Pos. 1 + 2)	sehr selten und gar nicht (Pos. 5 + 6)
4. Studienjahr (1986, SIL D)	7	(34)	(22)
männlich	14	(56)	(11)
weiblich	1	(16)	(30)

Die Mehrheit der Studenten hat einen ziemlich stabilen, regelmäßigen Alkoholverbrauch in der Woche. Die männlichen Studierenden trinken vor allem Bier. 45 % aller Studenten nimmt wenigstens ein Liter Bier in der Woche zu sich. Jeder 2. Student konsumiert in diesem Zeitabschnitt durchschnittlich noch bis zu fünf Glas Schnaps und ebensoviel Wein bzw. Sekt.

Tab. 24: Anteil der Studierenden, die nur zu besonderen Anlässen alkoholische Getränke trinken

(Pos. 5: Seltener als einmal im Monat)

	Student 79 (1979)	SIL D (1986)
Art der Alkoholika		
a) Bier	30	43
b) Schnaps	50	53
c) Wein, Sekt	25	32

In der heutigen Studentengeneration ist der Anteil derjenigen, die nur zu besonderen Gelegenheiten Alkohol trinken, gestiegen. In der Umkehrung heißt das, daß es einen leichten Trend zu mäßigerem Alkoholkonsum unter der studentischen Jugend gibt. Der nachfolgende Geschlechtervergleich zeigt das noch plastischer.



**Tab. 25: Geschlechtervergleich:**  
**Anteil der Gelegenheitstrinker**  
**(Pos. 5: Seltener als einmal im Monat)**

%	Student 79 (1979)	SIL D (1986)
<b>Art der Alkoholika</b>		
<b>a) Bier</b>		
männlich	8 !	10
weiblich	51 !	70 !
<b>b) Schnaps</b>		
männlich	43	38
weiblich	56	66
<b>c) Wein, Sekt</b>		
männlich	31	40
weiblich	21	24

Diese Ergebnisse sind jedoch noch unter Vorbehalt zu betrachten. Mit größerer Gewissheit kann erst nach der Auswertung der SIL-D<sub>2</sub>-Stappe (1987) geurteilt werden.

Die Endzahlen für SIL D sind noch im Februar 1988 zu erwarten.

**Tab. 26: Geschlechtervergleich: Gewohnheitstrinker  
(*'Vieltrinker'*: Mehr als 20 Glas pro Woche)**

		Student 79 (1979)	SIL D (1986)
<b>Art der Alkoholika</b>			
a) Bier	ges.	5	4
	männlich	9	8
	weiblich	+	+
b) Schnaps	ges.	+	1
	männlich	1	2
	weiblich	+	+
c) Wein, Sekt	ges.	+	1
	männlich	+	1
	weiblich	+	1

+ weniger als 0,5 %

Auf Basis dieser Ergebnisse kann gesagt werden, daß es im Vergleich zwischen der Studentengeneration von 1979 und 1986 keine nennenswerten und empirisch konstatierbare Zunahme des Anteils der Studenten gibt, die relativ viel und oft Alkohol zu sich nehmen.

Es muß auch hier darauf hingewiesen werden, daß die vorliegenden Ergebnisse in ihrer Vergleichbarkeit und Repräsentativität etwas eingeschränkt sind, weil die Daten für SIL D nur in einer relativ kleinen Population des 4. Studienjahres erhoben worden sind, während die Ergebnisse der Studie Student 79 in einer repräsentativen Querschnittspopulation der Hochschuldirektstudenten der DDR ermittelt worden sind.

#### 4. Statt einer Zusammenfassung: Gesundheitserziehung im Hochschuldirektstudium - Chancen und Grenzen

---

1. Das Hochschuldirektstudium ist in der Biografie der Jugendlichen eine intensive Lebensetappe, in der für die künftige Persönlichkeitsentwicklung entscheidende Grundlagen gelegt werden.

Die Persönlichkeitsentwicklung während der Studienzeit baut auf die in der bisherigen Lebensentwicklung angeeigneten subjektiven Voraussetzungen auf. So betrachtet sind sie begrenzt. Es darf jedoch nicht unterschätzt werden, daß die Jugendlichen am Beginn ihres Studiums in einem besonderen Maße motiviert und herausgefordert durch die Neuartigkeit der Lebenssituation mit ihren in vieler Hinsicht noch unbekannten An- und Herausforderungen sich befinden. In dieser Phase der Orientierungssuche sind die Möglichkeiten, Verhaltensumbrüche zu erreichen deshalb besonders groß. Die Mehrheit der Jugendlichen kommt mit dem Voratz und der Erwartung an die Universitäten und Hochschulen, daß sie dort regelmäßig Freizeitsport treiben wollen und können.

2. Die studentischen Persönlichkeiten müssen in relativ kurzer Zeitspanne eine Reihe von bedeutenden Entwicklungsaufgaben lösen (Anforderungen des Fachs i. e. S., Integration in ein Seminarskollektiv, sich Zurechtfinden im Hochschulbetrieb, Fertigwerden mit der 'eigenen Haushaltsführung' und dergleichen mehr). Diese Anforderungen müssen sowohl intellektuell als auch emotional bewältigt werden. Das verlangt den Studenten eine Reihe von produktiven Anpassungsleistungen auch in physischer und psychischer Hinsicht ab. Das kann nur durch ein Maß an Aktivität erbracht werden, das nicht auf bloße Bewahrung eines bestimmten psychophysischen Zustandes orientiert ist, sondern prinzipiell 'nach oben offen' entwickelt wird. Gesundheitserziehung und Sport müssen dafür praktikable Beiträge leisten. Dabei muß mehr als bisher dem spezifischen Anforderungscharakter eines Hochschuldirektstudiums als vorwiegend geistiger, körperlich einseitiger (sitzender und bewegungsarmer) Tätigkeit Rechnung getragen werden.

3. Die Hochschuleraubung muß frei gemacht werden von einer zwar nicht offiziell deklarierten, aber im Universitäts- und Hochschulbetrieb stillschweigend akzeptierten Entgegenstellung von Studientätigkeit und Freizeitbetätigung. Es äußert sich prononciert in der Ansicht, daß erst die lückenlose Erfüllung der Studienverpflichtungen ein Recht für Freizeit und Erholung gibt. Eine solche Orientierung erreicht das damit Beabsichtigte, eine sinnvolle studentische Bildung und Erziehung jedoch schon deshalb nicht, weil sie einer Extensivierung das Wort redet, ohne dabei den dialektischen Bezug zu den qualitativen Kriterien eines intensiven Studiums zu suchen. In quantitativer Hinsicht sind die Studienverpflichtungen schon von der Sache her als unerfüllbar anzusehen. Nie wird sich ein Punkt ausmachen lassen, von dem aus eine 'obere Grenze' markiert werden könnte, von der an es keine unerledigte Studienaufgabe mehr gibt. Der Hochschulstudent muß also stets selbst fähig sein, exemplarisch zu lernen und sinnvolle Beschränkungen vorzunehmen. Er muß fähig werden auszuwählen, sich zu konzentrieren und auch einen Schlußstrich zu ziehen, ohne qualitativ Substanz zu verlieren, sondern um solche erst gewinnen zu können. Werden die Studenten jedoch auf ein mögliches und eigentlich immer unmögliches Maximum bei der Erfüllung der anstehenden Studienaufgaben, statt auf das oben charakterisierte Studienoptimum orientiert, ruft das auf Dauer zwangsläufig keine befriedigenden Gefühle, sondern Schuldgefühle in Permanenz hervor. Das stört das studentische Selbstwelterleben und wird kaum zu einer aufbauenden und produktiven Motiventwicklung führen können. Eher wird es die motivationalen Voraussetzungen und Grundlagen für die Bewältigung schwieriger Studienaufgaben untergraben. In Sinnverlust, Demotivation und letztlich auch psychosomatischen Beschwerdesymptomen findet dies einen Niederschlag. Freizeit, Erholung und Sport müssen mehr als bisher tatsächlich als immanente Bestandteile des Studiums an den Universitäten und Hochschulen anerkannt werden.

4. Mit der Polemik gegen eine extrem quantitative Erweiterung der Studienarbeit im allgemeinen und der Selbststudienarbeit im besonderen ("Open-end-Selbststudium") ist noch eine weitere konkrete Überlegung verbunden: Aus hochschulpraktischer Erfahrung

ist gut bekannt, daß Studenten, die in irgendeiner Form außerhalb des fachlichen Studiums - ob nun in einer Sportgruppe, einem Studentenklub oder als gesellschaftlicher Funktionär - besonders aktiv sind und deshalb auch zeitlich mehr beansprucht sind, dennoch oft erfolgreicher ihre Studienaufgaben erfüllen, als andere Studenten, mit einem geringeren Aktivitätsradius und größerer Zeitsouveränität. Eine auf den ersten Blick paradoxe Situation. Sie erklärt sich daraus, daß bei zeitlich stärker gebundenen Studenten die Neigung zum Extensiven notwendigerweise durch einen Zwang zur Straffung und Sammlung (zeitlich kürzer, aber konzentrierter, das Notwendige abarbeiten) abgelöst ist.

5. Die in diesem Bericht zusammengetragenen Ergebnisse lassen die Vermutung zu, daß in gesundheitlicher Hinsicht die meisten Studenten die Studienverpflichtungen auf Kosten der körperlichen und psychischen Leistungsfähigkeit erfüllen. Das noch frühe Stadium dieser negativen Entwicklung und das jugendliche Alter verdecken diese Tatsache bei vielen nur noch. Dieses Aufdie-Substanz-Wirtschaften wird in seinen Folgen in dem Maße merklicher hervortreten, in dem es nach dem Hochschulstudiumsabschluß zu einem weiteren Nachlassen sportlicher Aktivitäten vieler Kader kommen wird und so bestimmte Probleme weiter kumulieren. Beispielsweise leidet schon jeder 5. Student am Studienende sehr stark oder stark unter Verspannungen der Rücken- bzw. Nackenmuskulatur. Damit sind diese Beschwerdesymptome noch stärker verbreitet als Kopfschmerzen! Wobei zwischen beiden oft ein organischer Zusammenhang besteht.

6. Zum Sporttreiben sollten die Studenten auf zwei Wegen/Linien geführt, gebracht, veranlaßt werden:

Es sollten geeignete Formen des Sporttreibens gefunden werden, die einen kooperativ-verpflichtenden Charakter haben und auf diese Weise zur Teilnahme nötigen. Das bedeutet aber keinesfalls, daß angestrebt werden soll, ein irgendwie geartetes "Wettkampfreime" zu organisieren. Gerade das erhoffen sich die meisten Studenten nicht als Ausgleich zur Studienarbeit.

Darüber hinaus sind die Räume auszubauen, die den interessierten Studenten Gelegenheiten für spontane sportliche Beteiligung und Nutzung von Räumen, Plätzen und Geräten bieten (z. B. Tischtennisräume in Wohnheimen, Fußballkleinfelder in unmittelbarer Nähe von Studentenwohnheimen und dergleichen).

7. Um Studenten besser zu rüsten, den psychischen Ausgleich zu finden, sollten die Möglichkeiten von Yoga-Übungen mehr erschlossen werden. Dafür sollten Kader und Kurse zur Verfügung stehen.

8. Alle Investitionen, die auf diesem Gebiet getätigt werden, dürfen nicht mit einem engen Blick auf unmittelbare, rasche Verwertung beurteilt werden. Alle Bemühungen um die bessere Gesundheitserziehung erfüllen sich zwar auch unmittelbar, zählen sich auf sehr lange Sicht gesehen aber erst vollkommen aus.

9. Sporthallen, Sportplätze und Sportgeräte in größerem Umfang bereit zu stellen, kurz, die materiell-technischen und organisatorischen Vorbedingungen sportlicher Betätigung zu verbessern, ist eine notwendige, aber nicht hinreichende Bedingung für eine neue Qualität studentischen Gesundheitsverhaltens.

10. Der Kreis der Überlegung über die heutigen Möglichkeiten der Gesundheitserziehung an den Universitäten und Hochschulen ist erst geschlossen, wenn alle aktiven Unternehmungen, die eine adäquate körperliche und seelische Entwicklung der Hochscholstudenten, also ihre psychophysische Leistungsfähigkeit betreffen, nicht mehr aus den strukturierenden Gegebenheiten der studentischen Existenz ausgeklammert bleiben. Schon die Analyse darf sich nicht darauf beschränken, Defizite im Gesundheitsverhalten zu konstatieren und als schlichte Folgerung die Forderung zu artikulieren, diese Mängel zu überwinden. Sie muß versuchen, jene Kernpunkte herauszuschälen, die für die Lage ursächlich sind. Vor allem muß sie der Versuchung widerstehen, das jeweils Naheliegende für den Grund zu nehmen. In gesellschaftlichen Entwicklungsfragen neigen wir oft dazu, Bewußtseinsrückstände für Problemlagen verantwortlich zu machen, anstatt die diese Rückstände bedingenden Voraussetzungen zu ergründen.

Bezogen auf unsere Thematik bedeutet das, daß es nicht genügen wird, als richtig erkannte, lange deklarierte und gewünschte Verhaltensweisen noch ausgiebiger als bisher unter den Studenten zu popularisieren, wenn nicht gleichlaufend wirksame Schritte unternommen werden, um Gesundheit, Körperkultur und Sport nicht länger als ein Obendrauf zum Hochschulischen, sondern als tatsächlich integraler Bestandteil der studentischen Existenz gesellschaftlich gestaltet wird. Ohne ein komplexes Erweiterungsprogramm für die studentischen Lebensbedingungen ist ein solch anspruchsvolles, auf die Zukunft ausgerichtetes Handeln jedoch nicht zu erreichen.

### 5. Ausgewählte Literatur

Austermühle, Theo:

Aufgaben und Probleme, die sich nach dem bisherigen Stand der sportsoziologischen Forschung für die Gestaltung der Sportausbildung und der sportlichen Freizeitbetätigung der Studenten in der 2. Hälfte der 80er Jahre ergeben,  
Halle 1984, 4 S., unveröffentlichtes Manuskript

Austermühle, Theo (Hrsg.):

Körperliche Aktivität - Aktive Erholung - Sportliche Selbstbetätigung (Beiträge zur Weiterbildung der Sportlehrer an den Universitäten, Hoch- und Fachschulen der DDR),  
Halle 1986, 103 S.

Austermühle, Theo:

Zur Entwicklung der sportlichen Aktivität und Leistungsfähigkeit bei Studenten,  
Leipzig 1987, (SIL-C-Bulletin)

Autorenkollektiv:

Ernährungsempfehlungen,  
Berlin 1986, 44 S.

Autorenkollektiv:

Kleine Enzyklopädie Gesundheit,  
Leipzig 1982, 768 S.

Autorenkollektiv:

Sozialismus und Ethik,  
Berlin 1984, 371 S.

Krüger, H.-J. u. a.:

Studentenprobleme. Psychosoziale und institutionelle Befunde, Frankfurt (Main) / New York 1982, 180 S.

Lehnert, Peter:

Psychophysisches Befinden von Hochschuldirektstudenten, Dresden 1986, 1. Teil und 2. Teil

Lehnert, Peter:

Psychophysisches Befinden von Hochschuldirektstudenten als Faktor des Leistungsverhaltens (Thesenpapier), Dresden 1987, 6 S., unveröffentlicht

Schauer, Heinz:

Lebensweise und Zeitbudget von Studenten, SIL A - B, Leipzig 1985, unveröffentlichter Forschungsbericht, Langfassung: 111 S.; Kurzfassung: 39 S.

Schmidt, Harald:

Arzneimittelanwendung bei Studenten (Verbrauch von Analgetika, Sedativa und Stimulanzien), Studie unter Verwendung von Ergebnissen der Studenten-Intervallstudie Leistung - 3. Etappe (SIL C), Leipzig 1986, 32 S., unveröffentlicht

Schmidt, Harald / Weller, Konrad:

Gesundheitszustand und Gesundheitsverhalten von Studenten, Leipzig 1986, 11 S., unveröffentlicht

Schmidt, Harald:

Jugendmedizin. Arzneimittelanwendung von Studenten. in: Ärztliche Jugendkunde, Bd. 78, Heft 3, 1987, S. 210 - 215

Schauer, Heinz / Starke, Kurt:

Jugendlexikon. Jugend im Studium, Leipzig 1987, 254 S.

Voß, Peter (Hrsg.):

Die Freizeit der Jugend, Berlin 1981, 8. Kapitel

Voß, Peter (Hrsg.):

Freie Zeit, was nun?, Berlin 1988

Weller, Konrad:

SIL-Informationenmaterial für die SIL-Teilnehmer, Leipzig 1986, 24 S.